

„Grüne Woche“ auf der Ökostation: Gesunde Ernährung, Insekten und naturnahes Gärtnern

Zum zweiten Mal veranstaltet die gesamte Ökologiestation eine „Grüne Woche“. Unter dem Motto „Gesunde Ernährung, Insekten und naturnahes Gärtnern“ werden vom 05. – 10. Mai 2025 verschiedene Vorträge, Workshops und Exkursionsangeboten. Für jede Veranstaltung ist eine Anmeldung erforderlich. Wenn keine Kosten aufgeführt sind, ist die Veranstaltung kostenfrei. Treffpunkte werden bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Montag, 05. Mai

▪ 9:00 – 11:00 Uhr & 14:00 – 16:30 Uhr | Ameisenabenteuer für KIGAS und Schulklassen

Im Rahmen der „Grünen Woche“ tauchen wir ein in die großartige Welt der Ameisen. Winzig klein aber riesig stark, gehören Ameisen zu den Insekten, die weltweit zu finden sind. Sowohl im Dschungel als auch bei uns auf der Wiese sind sie ein wichtiger Teil des ökologischen Netzwerkes und führen meist ein unscheinbares Leben. Wir machen uns auf die Suche nach unseren kleinen Nachbarn, nehmen sie ganz behutsam unter die Lupe und entdecken dabei ihre Intelligenz, Superkräfte und ihren Teamgeist. Zum Abschluss lassen wir aus vielen kleinen und großen gebastelten Ameisen euren eigenen Ameisenstaat entstehen.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Kosten: 5 Euro

▪ 17:00 – 18:00 Uhr | Führung bei Neuland

Hier bekommen Sie einen exklusiven Einblick in den

Fleischzerlegebetrieb auf der Ökostation.

Veranstalter: Neuland

Leitung: Christoph Dahlmann

- **17:00 – 19:00 Uhr | Workshop Kochwerkstatt: Das Klima isst mit**

Aus Resten ein tolles Menü zaubern oder mit schrumpeligem Gemüse den Planeten retten – klimafreundliche Ernährung ist mehr, als regional und saisonal einzukaufen. Die AOK NordWest verrät, was noch dazugehört: In Kursen und Vorträgen zum Thema Klimafood und Co. geben wir Tipps für die Praxis, liefern umfassende Beratung sowie nützliches Wissen und leckere Rezepte für den Alltag.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Leitung: Karin Heymann, AOK

Dienstag, 06.Mai

- **9:00 – 11:00 Uhr & 14:00 – 16:30 Uhr | Ameisenabenteuer für KIGAS und Schulklassen**

Im Rahmen der „Grünen Woche“ tauchen wir ein in die großartige Welt der Ameisen. Winzig klein aber riesig stark, gehören Ameisen zu den Insekten, die weltweit zu finden sind. Sowohl im Dschungel als auch bei uns auf der Wiese sind sie ein wichtiger Teil des ökologischen Netzwerkes und führen meist ein unscheinbares Leben. Wir machen uns auf die Suche nach unseren kleinen Nachbarn, nehmen sie ganz

behutsam unter die Lupe und entdecken dabei ihre Intelligenz, Superkräfte und ihren Teamgeist. Zum Abschluss lassen wir aus vielen kleinen und großen gebastelten Ameisen euren eigenen Ameisenstaat entstehen.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Kosten: 5 Euro

- **16:30 – 17:30 Uhr | Exkursion Biohof Ostendorff**

Auf dem landwirtschaftlichen Gemischtbetrieb in Bergkamen-Weddinghofen im Kreis Unna hält Familie Ostendorff 20 Fleckvieh-Kühe und ihre Nachkommen, ca. 150 Mastschweine und ca. 180 Legehennen.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Leitung: Familie Ostendorff

- **17:00 – 18:00 Uhr | Workshop Das Leben der Honigbiene für Kinder**

Biologie der Honigbiene

Biologie der Honigbiene (Körperaufbau als Insekt), das Leben in einem Bienenvolk (die drei Bienenwesen – Königin, Arbeitsbiene, Drohne), die Behausung von Honigbienen, die Bedeutung der Bienen für Menschen (die Bienenprodukte Honig, Wachs, Pollen, Propolis), die Bienen und ihre Leistung als Bestäuberin, die ökologische Bedeutung im weiteren Sinne, Blick in einen Bienenstock und probieren einer frischen Honigprobe.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Leitung: Heinrich Behrens

Kosten: 5 Euro

- **19:00 – 20:00 Uhr | Vortrag Heuschrecken Von Ameisengrille bis Zwitscherschrecke – Bestimmung und Lebensweise wertvoller Umweltindikatoren**

Heuschrecken faszinieren durch ihre Lebensweisen, Erscheinungsformen und Gesänge. Sie reagieren empfindlich auf Lebensraumveränderungen und eignen sich so hervorragend als Umweltindikatoren.

Veranstalter: Biologische Station Kreis Unna | Dortmund

Referent: Matthias Mause

Mittwoch, 07. Mai

- **9:00 – 11:00 Uhr & 14:00 – 16:30 Uhr | Ameisenabenteuer für KIGAS und Schulklassen**

Im Rahmen der „Grünen Woche“ tauchen wir ein in die großartige Welt der Ameisen. Winzig klein aber riesig stark, gehören Ameisen zu den Insekten, die weltweit zu

finden sind. Sowohl im Dschungel als auch bei uns auf der Wiese sind sie ein wichtiger Teil des ökologischen Netzwerkes und führen meist ein unscheinbares Leben. Wir machen uns auf die Suche nach unseren kleinen Nachbarn, nehmen sie ganz

behutsam unter die Lupe und entdecken dabei ihre Intelligenz, Superkräfte und ihren Teamgeist. Zum Abschluss lassen wir aus vielen kleinen und großen gebastelten Ameisen euren eigenen Ameisenstaat entstehen.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Kosten: 5 Euro

- **17:00 – 18:00 Uhr | Exkursion Zum Insektenrefugium nach Unna Uelzen**

Veranstalter: Naturförderungsgesellschaft für den Kreis Unna e.V.

Leitung: Dr. Hartmut Fahrenhorst

- **17:30 – 19:30 Uhr | Vortrag Lebensmittelwertschätzung**

Mit leckeren Häppchen aus der „Resteküche“ und Wissenswertem zu Vermeidung und Verwertung.

Veranstalter: Verbraucherzentrale NRW e.V.

Referentin: Jutta Eickelpasch

Donnerstag, 08. Mai

- **9:00 – 11:00 Uhr & 14:00 – 16:30 Uhr | Ameisenabenteuer für KIGAS und Schulklassen**

Im Rahmen der „Grünen Woche“ tauchen wir ein in die großartige Welt der Ameisen. Winzig klein aber riesig stark, gehören Ameisen zu den Insekten, die weltweit zu finden sind. Sowohl im Dschungel als auch bei uns auf der Wiese sind sie ein wichtiger Teil des ökologischen Netzwerkes und führen meist ein unscheinbares Leben. Wir machen uns auf die Suche nach unseren kleinen Nachbarn, nehmen sie ganz

behutsam unter die Lupe und entdecken dabei ihre Intelligenz, Superkräfte und ihren Teamgeist. Zum

Abschluss lassen wir aus vielen kleinen und großen gebastelten Ameisen euren eigenen Ameisenstaat entstehen.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Kosten: 5 Euro

▪ **17:00 – 18:00 Uhr | Führung bei Neuland**

Hier bekommen Sie einen exklusiven Einblick in den Fleischzerlegebetrieb auf der Ökostation.

Veranstalter: Neuland

Leitung: Christoph Dahlmann

▪ **17:00 – 18:00 Uhr | Workshop Honey-Tasting: Honig ein Naturprodukt**

Wie stellen die Bienen den Honig her? Welche Prozesse durchläuft der Honig beim Imker? Welche Inhaltsstoffe hat der Honig? Wie gesund ist er? Honig in der Apitherapie. Honig als Lebensmittel. Wie kann man die Qualität von Honig bestimmen? Welche Sorten gibt es? Sorten reine Honige? Sind solche überhaupt möglich? Honeytasting vor Ort.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Leitung: Heinrich Behrens

Kosten: 5 Euro

Freitag, 09. Mai

▪ **9:00 – 11:00 Uhr & 14:00 – 16:30 Uhr | Ameisenabenteuer für KIGAS und Schulklassen**

Im Rahmen der „Grünen Woche“ tauchen wir ein in die großartige Welt der Ameisen. Winzig klein aber riesig stark, gehören Ameisen zu den Insekten, die weltweit zu finden sind. Sowohl im Dschungel als auch bei uns auf der Wiese sind sie ein wichtiger Teil des ökologischen Netzwerkes und führen meist ein unscheinbares Leben. Wir machen uns auf die Suche nach unseren kleinen Nachbarn, nehmen sie ganz

behutsam unter die Lupe und entdecken dabei ihre Intelligenz, Superkräfte und ihren Teamgeist. Zum

Abschluss lassen wir aus vielen kleinen und großen gebastelten Ameisen euren eigenen Ameisenstaat entstehen.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Kosten: 5 Euro

- **16:00 – 18.00 Uhr | Exkursion SOLAWI Werne/ Gärtnerei Stadtgemüse**

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Leitung: Laurin Liekenbrock

- **19:00 – 21:00 Uhr | Vortrag Insektenvielfalt im heimischen Garten**

Veranstalter: Naturförderungsgesellschaft für den Kreis Unna e.V.

Referentin: Dr. Janine Teuppenhayn **Kosten:** 5 Euro

Samstag, 10. Mai

- **10:00 – 12:00 Uhr | Exkursion Schmetterlinge auf der Halde Großes Holz**

Unsere Tagfalter verschwinden immer mehr. Gerade im Ruhrgebiet gibt es oft nur noch eine Handvoll der insgesamt etwa 120 Tagfalterarten, die hier einst vorkamen. Auflandwirtschaftlichen Flächen finden wir heute fast nur noch Kohlweißlinge. Industriebrachen wie z.B. Halden konnten sich wieder zu wertvollen Lebensräumen entwickeln, wenn die richtige Pflege erfolgt. Wir werden uns einen Haldenbereich anschauen, der heute einer der wichtigsten

Flugplätze für Schmetterlinge des Offenlandes im Kreis Unna ist, z.B. der bedeutendste Paarungs-Platz für den Schwalbenschwanz. Aber auch seltene Arten der Wälder und Gebüsche kann man hier finden. Die verschiedenen Schmetterlingslebensräume und ihre Bedeutung für die jeweiligen Arten sowie die Gründe für ihre Gefährdung werden vorgestellt.

Veranstalter: NABU Kreis Unna

Leitung: Klaus-Bernhard Kühnapfel

Kosten: 2 Euro/ Kostenlos für Nabu-Mitglieder

▪ **10:00 – 12:00 Uhr | Exkursion Streuobstwiese Methler**

Veranstalter: NABU Kreis Unna

Leitung: Adrian Mork

Kosten: 2 Euro/ Kostenlos für Nabu-Mitglieder

▪ **15:00 – 17:00 Uhr | Exkursion Wildkräuter**

Wilde Pflanzen am Wegesrand hat schon jeder gesehen. Doch wie heißen sie, wie erkennt man sie und was kann man mit ihnen anfangen? Welche Inhaltsstoffe haben sie und wie lassen sich die Giftpflanzen unterscheiden? All diese Fragen thematisiert die Exkursion von Claudia Backenecker.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Leitung: Claudia Backenecker

Kosten: 5 Euro

▪ **15:30 – 17:00 Uhr | Workshop Das Leben der Honigbiene für Kinder von 6 – 12 Jahren**

Biologie der Honigbiene (Körperaufbau als Insekt), das Leben in einem Bienenvolk (die drei Bienenwesen – Königin, Arbeitsbiene, Drohne), die Behausung von Honigbienen, die Bedeutung der Bienen für Menschen (die Bienenprodukte Honig, Wachs, Pollen, Propolis), die Bienen und ihre Leistung als Bestäuberin, die ökologische Bedeutung im weiteren Sinne, Blick in einen Bienenstock und probieren einer frischen Honigprobe.

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen

Leitung: Heinrich Behrens

Kosten: 5 Euro

Kontakt und Anmeldung:

Agnès Teuwen, Tel: 02389980912, Email: agnes.teuwen@uwz-westfalen.de

Genauere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen finden Sie auf: www.ubiku.ruhr

VHS Bergkamen bietet Kursplätze für professionelles Arbeiten mit Outlook und sicherer Umgang mit OneDrive

Die Volkshochschule Bergkamen bietet zwei spannende Kurse an, die helfen, die digitalen Fähigkeiten zu erweitern und effizienter zu arbeiten.

Outlook ist weit mehr als nur ein E-Mail-Programm. Es ermöglicht, Kontakte zu verwalten, Termine zu organisieren und Informationen mit anderen zu teilen. Besonders in Unternehmen wird Outlook als Groupware häufig eingesetzt. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die grundlegenden und fortgeschrittenen Funktionen des Programms kennen. Sie erfahren, wie sie E-Mails mit Anhängen versenden, empfangen und weiterleiten, eine Adressdatenbank mit Verteilern aufbauen und pflegen sowie Kalender- und Aufgabenmanagement effektiv nutzen können. Der Kurs mit der Kursnummer 251-5108 beginnt am 11. März und findet drei Mal von 18.00 bis 21.00 Uhr statt. Die Kursgebühr beträgt 30 Euro.

Der Cloudservice von Microsoft ist ein fester Bestandteil von Windows 10/11 und im Office-Paket integriert. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Dateien sicher in die Cloud verschieben, Ordner und Dateien teilen und OneDrive als Backup-Lösung nutzen können. Zudem werden die verschiedenen Einstellungen und Synchronisationsmöglichkeiten besprochen. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein sicherer Umgang mit Windows 10 oder

11 und idealerweise ein kostenloses Microsoft-Konto. Der Kurs mit dem Titel „OneDrive – Sicherer Umgang mit der Microsoft Cloud“ beginnt am 01.04.2025 und findet einmal von 18.00 bis 21.00 Uhr statt.

Anmeldungen sind jederzeit online möglich unter www.vhs.bergkamen.de. Das Team der VHS Bergkamen nimmt Anmeldungen auch gerne telefonisch unter 02307-284952 oder 284954, sowie per E-Mail unter vhs@bergkamen.de oder persönlich entgegen.

Erstmals Florianstag der Freiwilligen Feuerwehr der Stadt Bergkamen im studio theater

Am Sonntag, den 09.03.2025, findet erstmalig der Florianstag der Freiwilligen Feuerwehr der Stadt Bergkamen im Studiotheater Bergkamen statt. Es werden rund 200 Gäste erwartet. Die Veranstaltung beginnt um 14.00 Uhr.

Die Leitung der Feuerwehr wird ihren Jahresbericht 2024 vorstellen. Anschließend werden diesjährige Beförderungen, Ernennungen und Ehrungen seitens der Leitung der Feuerwehr sowie Bürgermeister Bernd Schäfer vorgenommen.

Für die musikalische Umrahmung der Veranstaltung sorgt der Spielmannszug der Freiwilligen Feuerwehr der Stadt Bergkamen.

Unbekannte hebeln Zigarettenautomaten an der Landwehrstraße an der Landwehrstraße auf

Zwischen Donnerstag (20.02.2025) und Mittwoch (05.03.2025) haben unbekannte Täter einen Zigarettenautomaten an der Landwehrstraße in Bergkamen beschädigt und aufgehebelt.

Entwendet wurden Zigarettschachteln und Bargeld.

Zeugen, die etwas Verdächtiges in dem oben genannten Zeitraum bemerkt haben, werden gebeten, sich an die Polizei Kamen unter 02307 921 3220, 02303 921 0 oder per Mail an: poststelle.unna@polizei.nrw.de zu wenden.

Unbekannter flüchtet nach Unfall und lässt Entschuldigungszettel zurück

Ein 84-jähriger Bergkamener parkte am Donnerstag (06.03.2025) gegen 09.00 Uhr seinen schwarzen Pkw (BMW X2) auf einem Parkplatz an der Legionärstraße in Bergkamen. Als er gegen 12.10 Uhr zu seinem Fahrzeug zurückkam, habe ein Zettel am linken Scheibenwischer geklemmt. Darauf stand eine

Entschuldigung. Daraufhin nahm der 84-Jährige einen Schaden an seinem Fahrzeug wahr.

Die Polizei sucht nun nach dem Unfallverursacher und nach Zeugen, die auf dem Parkplatz eines Fitnessstudios etwas gesehen haben. Verdächtige Beobachtungen bitte an die Polizei in Kamen: 02307 921 3220, 02303 921 0 oder per Mail an: poststelle.unna@polizei.nrw.de.

Marco Morten Pufke tritt als Landratskandidat der CDU an



Marco Morten Pufke. Foto:
Mira Hampel

Mit einstimmiger Unterstützung des Vorstandes der CDU im Kreis Unna geht der langjährige Kreisvorsitzende Marco Morten Pufke bei der Kommunalwahl im September dieses Jahres ins Rennen um die Spitze des Kreishauses.

Der 51-jährige Bergkamener lebt im Ortsteil Overberge, ist verheiratet und Vater eines Sohnes. Beruflich ist er als zweiter Geschäftsführer der CDU-Fraktion im Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) tätig. Im Ehrenamt führt er die CDU-Kreistagsfraktion Unna und ist stellvertretender Bürgermeister in seiner Heimatstadt.

Über die Kandidatur wird Mitte Mai von einer Kreisvertreterversammlung der Christdemokraten endgültig entschieden.

Ausstellung der Kunstwerkstatt Sohle 1 im Hansesaal Lünen

gut gefüllt war die Stadtgalerie im Hansesaal Lünen bei der Eröffnung der Ausstellung „Sohle 1 – 2.0“. Sehr zur Freude aller Beteiligten waren nicht nur aus Lünen und Bergkamen Interessierte gekommen, auch längere Anfahrten hatten die Kunstbegeisterten auf sich genommen, um die Werke zu sehen und in vielfältigen Gesprächen einen spannenden Sonntagvormittag zu erleben.

Zu sehen sind die Exponate noch bis zum 8. März zu den üblichen Öffnungszeiten des Kulturbüros. Zum Abschluss ihrer Ausstellung hat sich die Künstlergruppe dann noch etwas Besonderes ausgedacht: Um zu diesem Termin auch den internationalen Frauentag zu würdigen, lädt die Gruppe nicht nur zu Gesprächen ein, auch der Musiker Reinhard Fehling wird mit seinen Beiträgen auf diesen Feiertag eingehen. Zwischen 14:00 und 16:00 Uhr freuen Reinhard Fehling und die Künstler sich dann auf hoffentlich wieder zahlreiche Besucher.

Freiwillige Feuerwehr der Stadt Bergkamen trauert: Oberfeuerwehrmann Helmut Barks verstorben

Die Freiwillige Feuerwehr der Stadt Bergkamen trauert um ihr langjähriges Mitglied der Löschgruppe Heil Helmut Barks. Er verstarb am 28.02.2025 im Alter von 87 Jahren.

Helmut Barks trat im Februar 1964 in die Freiwillige Feuerwehr ein und erreichte bis zu seinem Übertritt in die Ehrenabteilung im April 1997 den Dienstgrad des Oberfeuerwehrmanns.

Er erhielt sowohl das Feuerwehrehrenzeichen in Silber für 25-jährige treue Pflichterfüllung im Dienst der Feuerwehr und wurde im Februar 2024 mit der Ehrennadel des Landesfeuerwehrverbandes als Sonderauszeichnung für 60-jährige Mitgliedschaft in der Feuerwehr ausgezeichnet.

Die Trauerfeier findet am 12.03.2025 statt.

Streiktag der Frauenberufe im öffentlichen Dienst am Freitag, 7. März

Da die Tarifverhandlungen für die mehr als 2,5 Millionen Beschäftigten im öffentlichen Dienst von Bund und Kommunen am 18. Februar ohne Angebot blieben, hat die Vereinte

Dienstleistungsgewerkschaft (ver.di) die Warnstreiks deutlich verstärkt. Aus diesem Grund ruft ver.di die Beschäftigten von Bund und Kommunen in Einrichtungen der Sozialen Arbeit und Erziehung sowie der Pflege und Gesundheit vor dem Hintergrund des Equal Pay Day (7. März) und des Frauentags (8. März) zu einem bundesweiten Streiktag am 7. März auf. Dieser Tag markiert symbolisch den Gender-Pay-Gap, der 2024 in Deutschland 16 Prozent betrug.

Aufgerufen sind die Betriebe und Dienststellen im Bereich Sozial- und Erziehungsdienst sowie im Bereich Gesundheit und Pflege im ver.di Bezirk Westfalen. Das sind u.a. FABIDO in Dortmund sowie die städtischen Beschäftigten im Bereich des Jugend- und Sozialamtes, die städtischen Kitas in Hamm, im Kreis Unna, im Kreis Soest und Hochsauerlandkreis. Vor allem in Dortmund wird mit massiven Einschränkungen in der Kinderbetreuung zu rechnen sein. „Wir rechnen mit mindestens 60 geschlossenen FABIDO Kitas in Dortmund.“, so David Staercke, Gewerkschaftssekretär mit Zuständigkeit für die Stadt Dortmund.

„Wir möchten nochmal das deutliche Signal senden, dass wir nicht die Eltern bestreiken.“, ergänzt Pamela Strutz, Bezirksgeschäftsführerin des ver.di Bezirks Westfalen. „Es ist auch im Sinne aller Eltern, dass in Kitas gute Arbeitsbedingungen existieren. Die Kolleg*innen arbeiten seit Jahren am Limit – und das in diesem sensiblen Bereich, wo wir unsere Kinder gut betreut sehen wollen. Gute Arbeitsbedingungen in Kitas bedeuten gute frühkindliche Bildung. Davon haben wir alle was – aber in erster Linie die Kinder, die eine unbeschwerte und entwicklungsfördernde Zeit in der Kita erleben, wenn das Personal unter besseren Bedingungen arbeiten kann.“

Gemeinsam mit dem Sozial- und Erziehungsdienst sind auch die Beschäftigten im Gesundheitswesen, in Kliniken und Altenpflege, erneut zum Streik aufgerufen. Dazu gehören das Klinikum Dortmund und die ServiceDo, die Städtischen

Seniorenheime, die LWL-Kliniken, das Klinikum Westfalen mit den Standorten Dortmund, Lünen, Kamen, Dortmund Lütgendortmund sowie die KW-Service GmbH. Auch die LWL-Kliniken in Aplerbeck und die LWL-Gesundheitseinrichtungen in Lippstadt, Warstein und Marsberg sowie das städtische Krankenhaus in Brilon sind erneut aufgerufen.

„Die aktuellen Tarifforderungen zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen sind für die Kolleg*innen in den Care-Berufen ein wirksames Mittel zur Bekämpfung des Arbeitskräftemangels. In der Pflege, in Kitas und in der Sozialen Arbeit arbeiten mehrheitlich Frauen. Ihre Arbeitssituation ist geprägt von hoher Verantwortung für Menschen einerseits und emotionale Belastung andererseits, weil die aktuellen Bedingungen meist durch schlechte Personalausstattung gekennzeichnet sind.“, so Sabrina Kiwit, Gewerkschaftssekretärin im Bereich Gesundheitswesen. „Mit dem Streik am 7.3. wollen wir genau diese überwiegend weiblichen Beschäftigten sichtbar machen. Deswegen haben wir das Motto gewählt: „Die Welt steht still, wenn wir die Arbeit niederlegen.““

Die Beschäftigten im Gesundheitsbereich treffen sich ab 9 Uhr vor dem Klinikum Dortmund an der Beurhausstr.

Die Beschäftigten im Sozial- und Erziehungsdienst treffen sich an der Steinwache/Nordausgang des Hauptbahnhofes Dortmund.

Ab 10 Uhr setzen sich die beiden Demonstrationzüge in Bewegung und treffen an der Olpe aufeinander, um von dort gemeinsam zum Friedensplatz zu ziehen.

Auf der abschließenden Kundgebung am Friedensplatz sprechen Beschäftigte aus den streikenden Betrieben sowie Andrea Becker, Landesfachbereichsleiterin im Bereich Öffentliche und private Dienstleistungen, Sozialversicherungen und Verkehr. Die Kundgebung wird um 12:30 beendet sein.

Auftritt und Bühnenpräsenz: Coaching für Sängerinnen und Sänger mit Jane Franklin



Jane Franklin

Am Samstag, den 22. März 2025 gibt es an der Musikakademie Bergkamen ein Wiedersehen mit der renommierten Jazz-Sängerin Jane Franklin. Von 14:00 bis 17:00 Uhr coacht sie im Pestalozzihaus interessierte Sängerinnen und Sänger zum Thema Bühnenpräsenz und Ausstrahlung.

„Ist die Bühne ein normaler Ort?“ fragt Franklin.“ Am Anfang nicht, aber wir können sie erobern. In diesem Workshop geht es darum, die eigene Nervosität zu nutzen, um die Bühne für sich

komfortabler zu machen! Fühle ich mich selbstbewusst? Und wenn nicht wie kann ich das ändern? Wie wirke ich auf das Publikum?

Wir arbeiten an unserer Wirkung auf das Publikum und der Präsentation unserer Songs. Ziel des Workshops ist ein besseres Selbstbewusstsein auf der Bühne und das gekonnte Vermitteln von Emotionen – abhängig von Stil und Inhalt der gewählten Musik.“

Jane Franklin hat für diesen Workshop ein Motto des Schriftstellers Oscar Wilde gewählt: „Be yourself; everyone else is already taken“.

Die Kosten für das 3- stündige Coaching betragen 30 Euro für externe Teilnehmer. Schülerinnen und Schüler der Musikschule zahlen 15 €

Anmeldungen nimmt die Musikschule Bergkamen entgegen, entweder online: www.musikschule-bergkamen.de oder telefonisch unter der Nummer 02306 – 30 77 30.

**Gemeinsam genießen: Veganer
Mitbring-Brunch in der
Ökologiestation**

Am Sonntag, den 16. März 2025, lädt das Umweltzentrum Westfalen von 11:30 bis 13:30 Uhr zu einem veganen Mitbring-Bruffet in die Ökologiestation des Kreises Unna ein. Bei diesem offenen Treff können junge Menschen in entspannter Atmosphäre selbstgemachte vegane Speisen genießen, sich austauschen und neue Kontakte knüpfen.



Das Konzept ist einfach: Jede*r bringt ein veganes Gericht mit, ob süß oder herzhaft – von Salaten über Gebackenes bis hin zu Hauptspeisen. Die Speisen sollten in kleine Portionen geschnitten sein, damit möglichst viele probieren können. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme ist offen für alle, die Interesse an pflanzlicher Ernährung und geselligem Beisammensein haben.